



SESSION ELITE

Constat :

La saison dernière plusieurs joueurs nous ont demandé des entraînements supplémentaires afin de progresser sur leur technique, leur coordination ou leur physique.

C'est pourquoi cette saison nous mettons en place une session élite pour permettre aux licenciés qui souhaitent progresser, de le faire lors d'une séance encadrée et spécifique.

Concept :

Cette session est réservée à un nombre de joueurs limités, inscrits en amont pour une durée d'un trimestre. La durée d'un trimestre permet aux entraîneurs d'avoir un suivi intéressant sur les joueurs qui pourront voir leurs progrès à la fin de celui-ci.

L'entraînement sera encadré par un entraîneur qualifié du BPJEPS « Activité Pour Tous » et d'un 2ème entraîneur qualifié du BJEPS Basket-ball + CQP.

Les entraînements auront un thème et un but précis durant le trimestre. Le joueur passera un « entretien » sur ses objectifs et points qu'il souhaite améliorer. Un test technique sera également réalisé afin d'avoir un point de départ et de pouvoir observer sa marge de progression.

Objectifs :

Les participants bénéficieront d'une préparation physique combiné avec un travail de fondamentaux individuel.

Le but de cet entraînement spécifique sera de faire progresser le joueur sur ses lacunes.

Nous pourrons observer son évolution lors de ce trimestre pour que le joueur soit plus performant à la fois sur le plan physique et technique.

Quelques précisions :

- Les inscriptions se font pour une durée d'un trimestre.
- Nombre d'inscription limité à 12
- Durée de l'entraînement : 1h
- Tarif du trimestre 60€ soit 5€ la séance

Contact:

Fournier Sébastien

Tel : 06 08 57 07 90

E-mail : Correspondantgasb05@gmail.com